Kado Istimewa Untukmu yang Sedang Sakit



Penulis :
Abu Abdillah Syahrul Fatwa bin Lukman

MEDIA DAKWAH AL FURQON
Srowo Sidayu Gresik

Kado Istimewa Untukmu yang Sedang Sakit

Penulis

Abu Abdillah Syahrul Fatwa bin Lukman

Judul Buku

Kado Istimewa Untukmu yang Sedang Sakit

Penulis

Abu Abdillah Syahrul Fatwa bin Lukman

Desain & Layout

Abu Alifah

Ukuran Buku

10.5 cm x 14.5 cm (66 halaman)

Edisi 1

Dzulqa'dah 1442 H

Diterbitkan Oleh:

MEDIA DAKWAH AL FURQON

SROWO - SIDAYU - GRESIK - JATIM

DAFTAR ISI

MUQADDIMAH

بِسْمِ اللهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيْمِ

الْحَمْدُ للهِ رَبِّ الْعَالَمِيْنَ . وَالصَّلاَةُ وَالسَّلاَمُ عَلَى رَسُوْلِ
اللهِ وَعَلَى آلِهِ وَأَصْحَابِهِ وَمَنْ تَبِعَهُمْ بِإِحْسَانٍ إِلَى يَوْمِ
الدِّيْنِ . أَمَّا بَعْدُ:

Kesehatan adalah harta yang tak ternilai. Sebab kesehatan adalah sebuah modal dasar di dalam seluruh aktifitas kehidupan. Nilai kesehatan ini sangat terasa ketika sakit datang menghampiri.

Segala upaya dikerahkan dan segala harta benda dikorbankan guna menebusnya. Bahkan tidak jarang sampai berhutang. Semua ini dilakukan demi sebuah nilai kesehatan.

Buku ini berisikan adab-adab bagi orang yang sedang sakit. Bagaimana bersikap yang benar dalam menerima sakit dan lain-lain. Kami sertakan pula pembahasan tatacara ibadah orang yang sakit, karena kami melihat banyak dari saudara kita yang sakit tidak paham bagaimana seharusnya mereka beribadah, baik berwudhu, atau shalatnya. Untuk lebih lengkapnya pembaca bisa membacanya sebentar lagi.

Buku ini sengaja kami susun dengan ringkas agar tidak menjemukan saudaraku yang sedang sakit dalam membacanya, dengan tetap menjaga keilmiahan dan maksud pembahasan *insya Allah*.

Selamat menyimak dan semoga Allah ﷻ segera mengangkat penyakit anda dan memberi kesembuhan yang sempurna.

Telaga Sakinah – Cikarang barat.
19 Dzulqo'dah 1442 H / 29 Juni 2021
#Saat Di Rumah Saja

Abu Abdillah Syahrul Fatwa bin Lukman Salim

NIKMAT KESEHATAN

Kesehatan adalah harta yang tak ternilai. Sebab kesehatan adalah sebuah modal dasar di dalam seluruh aktifitas kehidupan. Nilai kesehatan ini sangat terasa ketika sakit datang menghampiri.

Ketahuilah wahai saudaraku seiman... Nikmat kesehatan adalah anugerah Allah ﷻ yang sangat mahal, tak ternilai harganya. Rasulullah ﷺ bersabda;

مَنْ أَصْبَحَ مِنْكُمْ آمِنًا فِيْ سِرْبِهِ مُعَافًى فِيْ جَسَدِهِ عِنْدَهُ
قُوْتُ يَوْمِهِ فَكَأَنَّمَا حِيْزَتْ لَهُ الدُّنْيَا

Barangsiapa di pagi hari merasa aman dalam perjalanannya, badannya sehat dan dia mendapati makanan untuk hari itu, seolah-olah kebahagian

dunia telah diraih olehnya.[1]

Kesehatan adalah nikmat lahiriah yang besar bagi manusia.

Allah ﷻ berfirman:

﴿ وَأَسْبَغَ عَلَيْكُمْ نِعَمَهُۥ ظَٰهِرَةً وَبَاطِنَةً ﴾

Dan Allah telah menyempurnakan untukmu nikmat-Nya lahir dan batin. (QS. Luqman 20).

Rasulullah ﷺ bersabda;

نِعْمَتَانِ مَغْبُوْنٌ فِيْهِمَا كَثِيْرٌ مِنَ النَّاسِ : الصِّحَّةُ وَالْفَرَاغُ

Dua nikmat yang kebanyakan manusia tertipu di dalamnya; kesehatan dan waktu luang.[2]

Wahab bin Munabbih رحمه الله berkata, "Inti kenikmatan itu ada tiga; **Pertama** nikmat Islam. Tidak

1 HR. Tirmidzi no. 2346, Ibnu Majah no. 4141. Dihasankan oleh Syaikh al-Albani dalam *as-Shahihah* no. 2318

2 HR. Bukhari no. 6412.

sempurna sebuah nikmat kecuali dengannya[3]. **Kedua**, nikmat sehat, yang mana kehidupan ini tidak indah kecuali dengannya. **Ketiga,** nikmat kecukupan, yang mana kehidupan ini tidak sempurna kecuali dengannya".[4]

Sungguh benar, bahwa kesehatan adalah nikmat yang besar. Apalah artinya harta melimpah, tapi badan kita sakit-sakitan tidak bisa menggunakan harta tersebut? Hal ini seharusnya menjadikan kita sadar untuk memanfaatkan nikmat sehat ini dengan amalan shalih yang menghiasinya bukan malah kita kotori dengan lumpur maksiat?!

Wahai saudaraku yang sedang berbaring di kasur putih, semoga Allah ﷻ memberi kesembuhan

---

3 Imam Abu Aliyah mengatakan "Sungguh Allah telah memberikan dua nikmat kepadaku yang aku tidak mengetahui mana yang lebih utama dari keduanya. Allah memberi nikmat dengan menunjuki aku untuk beragama islam dan tidak menjadikanku seorang khawarij". (HR. Abdurrazaq 10/153, Ibnu Sa'ad 7/144, al-Lalikai 230, Abu Nuaim dalam *al-Hilyah* 2/218, adz-Dzahabi dalam *Siyar* 4/212)

4 Dikeluarkan oleh Ibnu Abi Dunya dalam *asy-Syukr* no. 172.

kepadamu, ketahuilah suri tauladan kita telah bersabda;

اِغْتَنِمْ خَمْسًا قَبْلَ خَمْسٍ : شَبَابَكَ قَبْلَ هَرَمِكَ وَصِحَّتَكَ قَبْلَ سَقَمِكَ وَغِنَاكَ قَبْلَ فَقْرِكَ وَفَرَاغَكَ قَبْلَ شُغُلِكَ وَحَيَاتَكَ قَبْلَ مَوْتِكَ

Manfaatkanlah lima perkara sebelum datang lima perkara yang lain; Masa mudamu sebelum datang masa tuamu, sehatmu sebelum datang sakitmu, ketika kaya sebelum datang miskinmu, waktu luang sebelum datang waktu sibukmu, dan hidupmu sebelum datang matimu.[5]

Ketika sehat manfaatkanlah waktumu sebelum sakit datang. Karena apabila sakit datang kenikmatan hidup ini berkurang. Sekedar contoh kecil, setiap hari kita minum air putih, bahkan mustahil seorang manusia bisa lepas dari minum. Nikmat sehat bisa minum merasakan segarnya air

5 HR. Hakim 4/306, Ibnu Abi Dunya dalam *Qashr Amal* 2/1/2. Syaikh al-Albani menshahihkan hadits ini dalam *Ta'liq Iqthidhaul Ilmi al-Amal* no. 170.

putih harus kita syukuri, kita minum tanpa kesusahan, setelahnya kotoran kita keluar melalui air seni karena minum, ini semua adalah nikmat. Bandingkan apabila sakit datang, sebagian saudara kita ada yang ditimpa susah buang air seni, minum harus lewat saluran khusus, Allah Maha Pemurah wahai saudaraku jadikanlah hal itu sebagai pelajaran.

Ibunda Aisyah رضي الله عنها pernah berkata, “Tidaklah seorang hamba minum air yang jernih kemudian masuk ke tubuh tanpa kesulitan dan setelah itu keluar kotoran penyakitnya, kecuali wajib baginya bersyukur”.[6]

Hasan al-Bashri رحمه الله mengatakan, “Duhai berharganya sebuahnya nikmat, semua kelezatan masuk dan keluar dengan mudah. Sungguh ada seorang raja di daerah sini yang mempunyai seorang anak yang susah minum, sampai raja itu berkata, “Kasihan orang sepertimu, engkau tidak minum kecuali ketika haus, apabila minum pun

---

6 Ibnu Abi Dunya dalam *asy-Syukr* no. 192

masih susah, duhai berharganya sebuah nikmat".[7]

Saudaraku...

Renungkanlah mulai detik ini untuk memanfaatkan waktu sehat kita dengan bersyukur kepada-Nya dan menjalankan amalan salih. Jangan ditunda-tunda!

Ibnu Umar رَضِيَ ٱللَّٰهُ عَنْهُمَا berkata, "Rasulullah pernah memegang pundakku kemudian bersabda, "Jadilah engkau di dunia ini ibarat seorang yang asing atau pengembara. Ibnu Umar berkata, "Apabila tiba waktu sore, janganlah engkau menunggu pagi hari. Apabila tiba waktu pagi, janganlah engkau menunggu sore hari. Manfaatkan waktu sehatmu sebelum sakitmu, hidupmu sebelum matimu".[8]

Mulailah untuk memperbaiki diri ketika sehat. Manfaatkan waktu sehat dengan ketaatan. Bertaubat kepada-Nya. Ingatlah selalu bahwa kita akan di tanya akan nikmat kesehatan ini.

---

7 Dikeluarkan oleh Ibnu Abi Dunya dalam *asy-Syukr* no. 193.

8 HR. Bukhari no. 6416.

Rasulullah ﷺ bersabda:

إِنَّ أَوَّلَ مَا يُحَاسَبُ بِهِ الْعَبْدُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَنْ يُقَالَ لَهُ أَلَمْ أُصِّحَّ لَكَ جِسْمَكَ وَ أُرْوِكَ مِنَ الْمَاءِ الْبَارِدِ ؟

Sesungguhnya pertama kali yang ditanyakan kepada seorang hamba pada hari kiamat berupa kenikmatan adalah "Bukankah kami telah menyehatkan badanmu? Dan melepaskan dahagamu dengan air yang dingin? [9]

9 HR. Tirmidzi no. 3358, Ibnu Hibban no. 2585, Hakim 4/138. Sanad haditsnya shahih. Lihat *as-Shahihah* no. 539, *Shahihul Jami'* no. 2022 keduanya oleh al-Albani.

JANGAN BERSEDIH

Saudaraku yang sedang sakit...

Kita semua tentu tidak ingin sakit, tapi ingatlah selalu, bahwa segala yang terjadi di alam fana ini telah digariskan oleh Rabb yang Maha Bijaksana. Adanya bencana, musibah, sakit, semuanya adalah ketentuan Allah. Allah ﷻ berfirman;

﴿ مَآ أَصَابَ مِن مُّصِيبَةٍ فِى ٱلْأَرْضِ وَلَا فِىٓ أَنفُسِكُمْ إِلَّا فِى كِتَٰبٍ مِّن قَبْلِ أَن نَّبْرَأَهَآ ۚ إِنَّ ذَٰلِكَ عَلَى ٱللَّهِ يَسِيرٌ ٢٢ ﴾

Tiada sesuatu bencanapun yang menimpa di bumi dan (tidak pula) pada dirimu sendiri melainkan telah tertulis dalam kitab (Luhul Mahfuzh) sebelum Kami menciptakannya. Sesungguhnya

yang demikian itu adalah mudah bagi Allah. (QS. al-Hadid: 22).

Musibah adalah *sunnatullah* bagi seluruh manusia, sampai orang yang paling muliapun merasakannya. Para nabi dan rasul mereka adalah orang yang paling berat cobaannya, Rasulullah ﷺ mengatakan;

إِنَّ مِنْ أَشَدِّ النَّاسِ بَلاَءً الأَنْبِيَاءَ, ثُمَّ الَّذِيْنَ يَلُوْنَهُمْ ثُمَّ الَّذِيْنَ يَلُوْنَهُمْ ثُمَّ الَّذِيْنَ يَلُوْنَهُمْ

Sesungguhnya manusia yang paling berat cobaannya adalah para nabi. Kemudian yang setelahnya, yang setelahnya dan yang setelahnya.[10]

Saudaraku..., hadits yang mulia ini menunjukkan bahwa semakin kuat keimanan seseorang maka akan semakin bertambah pula cobaannya. Dan hadits ini sebagai bantahan yang jelas terhadap anggapan orang-orang yang lemah akalnya

---

10 HR. Ahmad 6/369, al-Muhamili dalam *Amali* 3/44/2. Sanad hadits ini Hasan sebagaimana dikatakan oleh Syaikh al-Albani dalam *as-Shahihah* no. 145.

bahwa seorang mukmin apabila diberi cobaan maka hal itu pertanda bahwa dia tidak diridhai disisi Allah!. Ini adalah persangkaan yang salah. Rasulullah ﷺ saja sebagai manusia yang paling mulia diberi cobaan. Cobaan secara umum adalah isyarat kebaikan bukan pertanda kejelekan.[11]

Akan tetapi rasa sakit yang kita rasakan, kesedihan yang merana dalam hati, janganlah membawa kita berburuk sangka kepada Allah ﷻ. Berbaik sangkalah kepada-Nya, insya Allah segala yang sulit akan menjadi mudah, rasa sakit akan terasa ringan. Ingatlah selalu hadits yang berbunyi;

أَنَا عِنْدَ حُسْنِ ظَنِّ عَبْدِيْ بِيْ فَلْيَظُنَّ بِيْ مَا شَاءَ, إِنْ خَيْرًا فَخَيْرٌ وَ إِنْ شَرًّا فَشَرٌّ

Aku menuruti persangkaan baik para hamba kepadaku. Hendaklah ia berprasangka sekehendaknya. Apabila ia berprasangka baik maka akan baik, apabila ia berprasangka buruk maka akan

11 *Silsilah al-Ahadits as-Shahihah* 1/275

buruk pula.[12]

Renungi hadits di atas wahai saudaraku -semoga Allah memberi pemahaman kepadamu- bahwa Allah ﷻ akan menuruti persangkaan seorang hamba. Berbaik sangkalah jika kamu sakit, karena apabila Allah ﷻ mengetahui ketulusan dan kejujuran niatmu dalam berprasangka baik, maka engkau akan merasakan ketenangan jiwa dan ketentraman. Sebaliknya apabila engkau menuduh bahwa Allah ﷻ tidak mengasihimu, tidak kasihan, maka tidak mustahil sakitmu bertambah parah. Pahamilah wahai hamba Allah.

12 Thabarani dalam *al-Ausath* no. 8115, Ibnu Hibban no. 639, Abu Nuaim 9/306. Lihat *as-Shahihah* no. 1663

KABAR GEMBIRA BAGI ORANG SAKIT

Termasuk *sunnatullah* bahwasanya Rabb Yang Maha Bijaksana menentukan ujian, cobaan bagi para hambanya. Cobaan ini beragam bentuknya, kadangkala cobaan pada badan, harta, anak-anak atau lainnya. Jangan dikira bahwa semua cobaan Allah buruk, bahkan bisa jadi baik bagi seorang hamba. Sakit misalnya, menurut sudut pandang manusia mungkin buruk, akan tetapi dari sisi yang lain baik, terdapat ganjaran yang besar bagi orang yang tertimpa sakit. Apa saja yang akan diraih oleh manusia dengan sakitnya?

1. Menghapus dosa

Allah عَزَّ وَجَلَّ berfirman;

﴿ وَمَآ أَصَٰبَكُم مِّن مُّصِيبَةٍ فَبِمَا كَسَبَتۡ أَيۡدِيكُمۡ وَيَعۡفُواْ عَن كَثِيرٖ ٣٠ ﴾

Dan apa saja musibah yang menimpa kamu maka adalah disebabkan oleh perbuatan tanganmu sendiri, dan Allah memaafkan sebagian besar (dari kesalahan-kesalahanmu). (QS. Asy-Syuraa: 30).

Rasulullah ﷺ bersabda;

مَا يُصِيْبُ الْمُسْلِمَ مِنْ نَصَبٍ وَ لاَ وَصَبٍ وَ لاَ هَمٍّ و لا حُزْنٍ وَ لاَ أَذًى وَ لاَ غَمٍّ حَتَّى الشَّوْكَةِ يُشَاكُهَا إِلاَّ كَفَّرَ اللهُ بِهَا عَنْهُ مِنْ خَطَايَاهُ

Tidaklah menimpa seorang muslim berupa kelelahan, sakit, gelisah, kesedihan, gangguan dan kesusahan sampai-sampai duri yang menusuknya, melainkan Allah akan menghapus kesalahan-kesalahannya.[13]

13 HR. Bukhari no. 5641, Muslim no. 6513

2. Meraih derajat yang tinggi

Orang yang sakit Allah ﷻ janjikan baginya kedudukan yang tinggi disisi-Nya. Berdasarkan hadits;

إِنَّ الرَّجُلَ تَكُوْنُ لَهُ الْمَنْزِلَةُ عِنْدَ اللهِ فَمَا يَبْلُغُهَا بِعَمَلٍ فَلاَ يَزَالُ اللهُ يَبْتَلِيْهِ بِمَا يَكْرَهُ حَتَّى يُبَلِّغَهُ ذَلِكَ

Ada seorang hamba yang meraih kedudukan mulia disisi Allah bukan karena amalannya. Allah memberi cobaan dengan sesuatu yang ia benci hingga ia dapat meraih derajat mulia tersebut.[14]

3. Pahala terus mengalir walaupun sakit

Apabila kita sakit jangan khawatir dengan amalan yang biasa kita kerjakan, karena Allah akan tetap menulisnya sebagaimana ketika kita sehat. Hal ini sebagai bentuk kasih sayang Allah ﷻ kepada para hamba-Nya. Nabi ﷺ bersabda;

---

14 HR. Abu Ya'la no. 6095, Hakim 1/344. Lihat *Shahihul Jami'* no. 1625, *as-Shahihah* no. 2599 oleh al-Albani

إِذَا مَرِضَ الْعَبْدُ أَوْ سَافَرَ كُتِبَ لَهُ مِثْلُ مَا كَانَ يَعْمَلُ مُقِيْمًا صَحِيْحًا

Apabila seorang hamba sakit atau sedang bepergian, akan tetap ditulis pahalanya seperti ketika dia mukim dan sehat.[15]

4. Termasuk kebaikan insya Allah

Sakit yang kita derita pertanda bahwa Allah ﷻ masih menghendaki kebaikan pada hambanya. Betapa banyak orang yang sakit setelah sembuh dia menyadari kesalahannya dan kembali kepada Allah ﷻ, renungilah hadits-hadits berikut ini wahai saudaraku...

مَنْ يُرِدِ اللّٰهُ بِهِ خَيْرًا يُصِبْ مِنْهُ

Barangsiapa yang Allah kehendaki kebaikan maka Allah akan memberinya cobaan.[16]

15 HR. Bukhari no. 2996.

16 HR. Bukhari no. 5654

Rasulullah ﷺ bersabda pula;

عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ وَ لَيْسَ ذَاكَ لِأَحَدٍ إِلاَّ لِلْمُؤْمِنِ, إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَّاءُ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ, وَ إِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَّاءُ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ

Sungguh mengherankan sekali perkaranya orang mukmin itu, semua perkaranya adalah baik dan tidaklah hal itu kecuali pada orang mukmin. Apabila menimpanya kesenangan dia bersyukur dan itu baik baginya. Apabila menimpanya kesusahan dia bersabar dan itupun baik baginya. [17]

5. Ganjaran sesuai dengan musibah

Rasulullah ﷺ bersabda:

إِنَّ عِظَمَ الْجَزَاءِ مَعَ عِظَمِ الْبَلاَءِ, وَ إِنَّ اللهَ إِذَا أَحَبَّ قَوْمًا ابْتَلاَهُمْ, فَمَنْ رَضِيَ فَلَهُ الرِّضَى وَ مَنْ سَخِطَ فَلَهُ السُّخْطُ

17 HR. Muslim no. 2999.

Sungguh besarnya balasan seimbang dengan besarnya musibah. Apabila Allah mencintai sebuah kaum maka Dia akan mengujinya. Barangsiapa yang ridha maka dia mendapat keridhaan dan barangsiapa yang benci maka baginya kebencian.[18]

Maka bersyukurlah wahai para hamba yang beriman atas karunia yang besar ini. Kita masih bisa meraih ganjaran walaupun dalam keadaan sakit, ini semata-mata adalah karunia Allah ﷻ yang diberikan kepada para hambanya.

﴿ ذَٰلِكَ فَضْلُ ٱللَّهِ يُؤْتِيهِ مَن يَشَآءُ ۚ وَٱللَّهُ ذُو ٱلْفَضْلِ ٱلْعَظِيمِ ٤ ﴾

Demikianlah karunia Allah, diberikan-Nya kepada siapa yang dikehendaki-Nya; dan Allah mempunyai karunia yang besar. (QS. al-Jumu'ah: 4).

18 HR. Tirmidzi 2/64, Ibnu Majah no. 4031. Syaikh al-Albani menghasankannya dalam *as-Shahihah* no. 146

SABAR MENERIMA PENYAKIT

Sabar Buah Keimanan

Tidak diragukan lagi bahwa sakit yang kita derita adalah ketentuan yang telah digariskan oleh Rabb semesta alam. Maka termasuk tuntutan keimanan seorang muslim adalah bersabar atas segala musibah dan cobaan yang menghampirinya. Allah ﷻ berfirman;

﴿ مَآ أَصَابَ مِن مُّصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ ٱللَّهِ ۗ وَمَن يُؤْمِنۢ بِٱللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُۥ ۚ وَٱللَّهُ بِكُلِّ شَىْءٍ عَلِيمٌ ١١ ﴾

Tidak ada sesuatu musibahpun yang menimpa seseorang kecuali denga izin Allah; Dan barang siapa yang beriman kepada Allah, niscaya Dia

akan memberi petunjuk kepada hatinya. Dan Allah Maha Mengetahui segala sesuatu. (QS. at-Thaghabun: 11).

Al-Qomah ﵀ berkata, "Ayat ini tentang musibah yang menimpa seseorang kemudian dia menyadari bahwa itu semua dari Allah, maka dia ridha dan menerimanya".[19]

Imam Ibnul Qayyim ﵀ berkata, "Sabar adalah wajib berdasarkan kesepakatan ummat. Dan dia termasuk setengah keimanan. Karena keimanan mempunyai dua bagian, sebagian untuk sabar dan sebagian yang lain untuk bersyukur".[20]

Saudaraku yang sedang sakit... -semoga Allah segera menyembuhkanmu-

Para Nabi, Rasul dan orang-orang yang mulia sebelum kita merekapun ditimpa musibah, bahkan musibah, cobaan yang mereka rasakan lebih dahsyat dari kita. Dengarkanlah gambaran

19 *Tafsir Thabari* 23/79, *Tafsir Ibnu Katsir* 8/138, *Jami'ul Ulum wal Hikam* 1/486 oleh Ibnu Rajab.

20 *Madarijus Salikin* 2/183

penderitaan mereka dalam hadits berikut;

Manusia yang paling berat cobaannya adalah para nabi, kemudian orang-orang shalih setelahnya. Sungguh ada diantara mereka yang diuji dengan kemiskinan, hingga ia tidak mendapati bajunya kecuali dari potongan kain. Ada yang diuji dengan penyakit kusta hingga mematikannya. Sungguh mereka lebih berbahagia dengan cobaan daripada pemberian salah seorang diantara kalian.[21]

Dari sini jelaslah bahwa sakit mesti akan dirasakan oleh setiap insan yang hidup di dunia ini. Jangan bersedih dengan sakit yang engkau derita, yakinlah apa yang akan mengenaimu pasti terjadi dan apa yang luput darimu tidak akan menimpamu. Nabi ﷺ berkata;

وَ اعْلَمْ, أَنَّ مَا أَخْطَأَكَ لَمْ يَكُنْ لِيُصِيْبَكَ, وَمَا أَصَابَكَ لَمْ يَكُنْ لِيُخْطِئَكَ

21 HR. Ibnu Majah no. 4024, Hakim 4/307, Ibnu Sa'ad 2/208. Lihat Shahih al-Jami' no. 995, as-Shahihah no. 144.

Ketahuilah! Sesungguhnya apa yang luput darimu tidak akan menimpamu dan apa yang menimpamu tidak akan luput darimu.[22]

Rasulullah ﷺ juga bersabda;

مَثَلُ الْمُؤْمِنِ كَمَثَلِ الزَّرْعِ. لاَ تَزَالُ الرِّيَاحُ تُفِيْئُهُ وَلاَ يَزَالُ الْمُؤْمِنُ يُصِيْبُهُ بَلاَءٌ.

Permisalan seorang mukmin seperti tanaman, angin akan senantiasa menerpanya. Seorang mukmin itu akan selalu ditimpa cobaan.[23]

Imam Ibnul Jauzy رحمه الله berkata, "Dunia ini dijadikan sebagai tempat cobaan bagi manusia. Hendaknya bagi orang yang berakal untuk selalu melatih diri agar bersabar. Apa yang diraih manusia berupa keinginannya adalah kemurahan dari Allah, dan apa yang tidak dia dapat merupakan asal dari tujuan dunia ini".[24]

---

22 HR. Tirmidzi no. 2516, Ahmad 1/293, Abu Ya'la no. 2556. Lihat *al-Misykah* no. 5302.

23 HR. Muslim no. 2809, Tirmidzi no. 2866

24 *Shaidul Khathir* hal. 626. Tahqiq Amir bin Ali Yasin.

Meraih Pahala Dengan Kesabaran

Saudaraku...

Ganjaran besar telah menantimu, apabila kamu bersabar menerima derita sakit ini. Berikut ini beberapa berita gembira bagi orang yang bersabar menerima penyakit;

1. Meraih derajat yang tinggi

Rasulullah ﷺ bersabda;

إِنَّ الْعَبْدَ إِذَا سَبَقَتْ لَهُ مِنَ اللهِ مَنْزِلَةٌ, لَمْ يَبْلُغْهَا بِعَمَلِهِ ابْتَلَاهُ اللهُ فِيْ جَسَدِهِ, أَوْ فِيْ مَالِهِ أَوْ فِيْ وَلَدِهِ ثُمَّ صَبَّرَهُ حَتَّى يُبَلِّغَهُ الْمَنْزِلَةَ الَّتِيْ سَبَقَتْ لَهُ مِنْهُ

Ada seorang hamba yang meraih kedudukan mulia disisi Allah bukan karena amalannya. Allah memberi cobaan pada badannya atau hartanya atau anaknya kemudian Allah menjadikannya bersabar, hingga ia dapat meraih derajat mulia.[25]

25 HR. Abu Dawud no. 3090, Ahmad 5/272, Ibn Sa'ad 7/477. Dishahihkan oleh al-Albani dalam *as-Shahihah* no. 2599

2. Masuk surga

Atho' bin Abi Rabbah berkata, Ibnu Abbas pernah bercerita kepadaku, "Maukah aku tunjukan kepadamu wanita penghuni surga?, ada seorang wanita yang datang kepada nabi dan berkata, "Wahai Nabi aku menderita penyakit sejenis ayan, apabila penyakit itu kumat aku tidak sadar sampai membuka auratku, berdoalah kepada Allah agar menyembuhkanku. Nabi ﷺ berkata, "Apabila kamu mau sabar maka bagimu surga, tetapi apabila tidak, saya bisa mendokanmu kepada Allah. Wanita tadi menjawab, "Baiklah aku bersabar, tapi doakan agar aku tidak sampai membuka aurat. Nabi pun mendoakannya".[26]

3. Terhapus kesalahannya

Rasulullah ﷺ bersabda;

مَا يَزَالُ الْبَلاَءُ بِالْمُؤْمِنِ وَالْمُؤْمِنَةِ فِيْ نَفْسِهِ وَوَلَدِهِ وَمَالِهِ حَتَّى يَلْقَى اللهَ وَمَا عَلَيْهِ خَطِيْئَةٌ

26 HR. Bukhari no. 5652, Muslim no. 2576

Senantiasa cobaan itu akan menimpa seorang mukmin dan mukminah, pada dirinya, anaknya, hartanya, hingga ia berjumpa dengan Allah dan tidak tersisa kesalahan sedikitpun.[27]

4. Semakin berat cobaan semakin besar pahalanya

Abdullah bin Mas'ud ﷺ berkata, "Aku pernah menemui Rasulullah ketika sakit. Beliau saat itu sedang merasakan sakit yang sangat berat. Aku berkata, "Wahai Rasulullah engkau merasakan sakit yang sangat berat". Nabi ﷺ menjawab, "Benar, aku merasakan sakit sebagaimana dua orang diantara kalian merasakannya. Aku kembali berkata, "Sungguh engkau akan meraih dua pahala". Nabi ﷺ berkata, "Benar, demi dzat yang jiwaku berada ditanganNya, tidaklah di muka bumi ini seorang muslim tertimpa musibah berupa sakit atau lainnya, kecuali Allah akan hapuskan kesalahan-kesalahannya, sebagaimana pohon

27 HR. Tirmidzi no. 2399, Ahmad 2/287, al-Baghowi no. 1436, Ibnu Hibban no. 2913 Hakim 1/346, Baihaqi 3/374. Lihat *Shahihul Jami'* no. 5815 oleh Syaikh al-Albani.

yang kering menggugurkan daunnya.[28]

5. Pemberian yang paling baik

Rasulullah ﷺ bersabda;

وَ مَا أُعْطِيَ أَحَدٌ عَطَاءً خَيْرًا وَ أَوْسَعَ مِنَ الصَّبْرِ

Tidaklah seorang insan diberikan pemberian yang lebih baik lagi luas di bandingkan kesabaran.[29]

Jenis-jenis Penyakit dan Pahalanya

1. Panas/Demam

Jabir bin Abdullah رضي الله عنه berkata, "Rasulullah ﷺ masuk menemui Ummu Saib atau Ummu Musayyib kemudian berkata, "Kenapa kamu menggigil seperti ini? Wanita itu menjawab, "Aku demam, semoga Allah tidak memberkahi penyakit demam ini". Rasulullah menegurnya dengan berkata, "Jangan kamu mencela penyakit demam, karena

28 HR. Bukhari no. 5648, Muslim no. 2571

29 HR. Bukhari no. 1469, Muslim no. 1053

dia dapat menghapus kesalahan bani Adam sebagaimana seorang pandai besi mengikis kotoran besi yang jelek".[30]

2. Sakit kepala

Rasulullah ﷺ bersabda;

Sakit kepalanya seorang muslim, atau duri yang menusuknya, Allah akan angkat derajatnya pada hari kiamat kelak dan Allah akan ampuni dosa-dosanya.[31]

3. Hilang penglihatan

Dari Anas bin Malik رضي الله عنه bahwasanya Rasulullah ﷺ bersabda, "Allah berfirman, Apabila aku menguji hambaku dengan hilangnya dua kecintaannya (kedua mata) kemudian dia sabar, maka akan

30 HR. Muslim no. 2575

31 HR. Ibnu Abi dunya dalam kitab *al-Maradh* dengan sanad yang bagus, para perowinya terpercaya. Lihat *Shahih al-Muttajir ar-Rabih Fi Tsawabil Amalis Shalih* hal. 391 oleh al-Hafizh ad-Dimyati. Tahqiq Zakaria bin Ghulam al-Bakistani

aku gantikan baginya surga.[32]

Kiat Meraih Kesabaran

Lalu bagaimana agar kita bersabar dalam menerima penyakit? Berikut sebagian kiat-kiat meraih kesabaran.

1. Hendaklah disadari bahwa sakit yang menimpa kita adalah ketentuan Allah عَزَّوَجَلَّ.
2. Ingatlah besarnya ganjaran orang yang sakit dan bersabar diatasnya.
3. Ketahuilah bahwa musibah di dunia ini lebih ringan dibandingkan musibah akherat.
4. Hendaklah kita ingat hari-hari sehat dahulu, sehingga bisa intropeksi diri untuk bersyukur atas nikmat kesehatan dan menambah semangat untuk sabar dan sembuh.
5. Menyadari bahwa kasih sayang Allah عَزَّوَجَلَّ kepada hambanya sangat besar.

32 HR. Bukhari no. 5653.

6. Bisa jadi sakit yang menimpa kita adalah untuk menolak musibah yang lebih besar jika kita sehat.
7. Manusia yang paling mulia dari kalangan para nabi dan rasul mereka pun diberi cobaan, maka jadikanlah hal itu sebagai motivasi untuk sabar dan sembuh.[33]

33 Lihat tulisan kami meraih kesabaran dalam majalah al-Furqan edisi 8 Thn.4 1426 H

BEROBAT KETIKA SAKIT

Perintah Berobat

Islam adalah agama yang sempurna dan paripurna. Mencakup segala aspek kehidupan, termasuk di dalamnya pengobatan. Sebab diantara tujuan syariat adalah menjaga jiwa. Oleh karena itu Islam memerintahkan agar berobat. Banyak sekali dalil-dalil yang menunjukkan perintah berobat.

Rasulullah ﷺ bersabda;

لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءٌ فَإِذَا أُصِيْبَ دَوَاءُ الدَّاءَ بَرَأَ بِإِذْنِ اللهِ

Setiap penyakit itu ada obatnya, bila obat itu menimpa penyakit maka akan sembuh dengan izin Allah.[34]

34 HR. Muslim no. 2204

Rasulullah ﷺ bersabda pula;

مَا أَنْزَلَ اللهُ دَاءً إِلاَّ أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً

Tidaklah Allah menurunkan penyakit melainkan menurunkan pula obatnya.[35]

Dalam hadits yang lain;

عَنْ أُسَامَةَ بْنِ شَرِيْكٍ قَالَ : قَالَتْ الأَعْرَابُ يَا رَسُوْلَ اللهِ أَلاَ نَتَدَاوَى ؟ قَالَ نَعَمْ, يَا عِبَادَ اللهِ! تَدَاوَوْا فَإِنَّ اللهَ لَمْ يَضَعْ دَاءً إِلاَّ وَضَعَ لَهُ شِفَاءً, أَوْ قَالَ دَوَاءً إِلاَّ دَاءٌ وَاحِدٌ قَالُوْا يَا رَسُوْلَ اللهِ وَمَا هُوَ ؟ قَالَ الْهَرَمَ

Usamah bin Syarik berkata, ada orang-orang badui mendatangi Rasulullah lalu bertanya, "Wahai Rasulullah, apakah kita boleh berobat? Jawab beliau; Ya! Wahai para hamba Allah, berobatlah. Sebab tidaklah Allah meletakkan penyakit melainkan meletakkan obatnya, kecuali satu

35 HR. Bukhari no. 5678.

penyakit. Mereka bertanya, penyakit apa itu? Yaitu penyakit pikun.[36]

Imam Ibnul Qayyim رَحِمَهُ ٱللَّهُ mengatakan, "Hadits-hadits shahih tersebut memerintahkan untuk berobat, dan ini tidak menafikan (meniadakan) tawakkal. Hal ini serupa dengan orang yang menghilangkan rasa dahaga, lapar, rasa panas dan dingin, dengan sesuatu yang bisa menghilangkan semua itu. Bahkan tidak sempurna tauhid seseorang kecuali dengan melakukan sebab (sarana yaitu berobat) yang mana akibatnya telah ditetapkan oleh Allah, baik secara syar'i atau qadari (penelitian ilmiah). Menafikan (meniadakan) sebab berarti celaan terhadap tawakal itu sendiri".[37]

---

36 HR. Abu Dawud no. 3855, Tirmidzi no. 2038, Ahmad 4/278, Ibnu Majah no. 3436, Ibnu Hibban no. 1395. Dishahihkan oleh al-Albani dalam *Ghayatul Maram* no. 292.

37 *Zaadul Ma'ad* 4/14 oleh Ibnul Qayyim.

Yang Perlu Di Perhatikan ketika Berobat.

1. Berobat dengan sesuatu yang di bolehkan secara syar'i

Contohnya adalah berobat dengan minum madu. Sebagaimana firman Allah ﷻ yang berbunyi;

﴿ ثُمَّ كُلِي مِن كُلِّ ٱلثَّمَرَٰتِ فَٱسۡلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلٗاۚ يَخۡرُجُ مِنۢ بُطُونِهَا شَرَابٞ مُّخۡتَلِفٌ أَلۡوَٰنُهُۥ فِيهِ شِفَآءٞ لِّلنَّاسِۚ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَأٓيَةٗ لِّقَوۡمٖ يَتَفَكَّرُونَ ٦٩ ﴾

Kemudian makanlah dari tiap-tiap (macam) buah-buahan dan tempuhlah jalan Rabbmu yanng telah dimudahkan (bagimu). Dari perut lebah itu keluar minuman (madu) yang bermacam-macam warnanya, didalamnya terdapat obat yang menyembuhkan bagi manusia. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda (kebesaran Rabb) bagi orang-orang yang memikirkan. (QS. an-Nahl: 69).

Maka jenis pengobatan ini dibolehkan karena didasari oleh dalil syar'i.

2. Jangan berobat dengan sesuatu yang haram

Kebalikan dari masalah di atas adalah berobat dengan sesuatu yang haram, maka hal ini tidak boleh. Contohnya adalah berobat dengan minum khamer, minum air seni manusia, makan ular, atau binatang yang haram dimakan, maka semua itu adalah haram. Dalil dalam masalah ini adalah hadits Rasulullah ﷺ yang berbunyi;

إِنَّ اللهَ أَنْزَلَ الدَّاءَ وَالدَّوَاءَ وَجَعَلَ لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءً, فَتَدَاوَوْا وَلاَ تَتَدَاوَوْا بِالْحَرَامِ

Sesungguhnya Allah menurunkan penyakit dan obatnya dan menjadikan setiap penyakit ada obatnya. Berobatlah kalian dan janganlah kalian berobat dengan sesuatu yang haram.[38]

Sahabat mulia Ibnu Mas'ud رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ mengatakan, "Sesungguhnya Allah tidaklah menjadikan ke-

38 HR. ad-Daulabi 2/38. Lihat *as-Shahihah* no. 1633

sembuhan kalian pada sesuatu yang Allah haramkan".[39]

Faedah:

Syaikh Muhammad bin Shalih al-Utsaimin رَحِمَهُ ٱللَّهُ mengatakan: "Jika ada yang bertanya; apabila orang yang sakit terpaksa minum obat yang haram karena darurat, apakah perbuatan tersebut dibenarkan ataukah tidak? Jawabnya tidak boleh, dengan alasan; **pertama**: tidak ada darurat dalam pengobatan. Karena betapa banyak Allah menyembuhkan orang yang sakit tanpa obat. **Kedua:** kondisi darurat tidak semata-mata bisa diatasi dengan obat. Sangat banyak orang yang sakit ketika dikatakan obatnya ini ternyata dia tidak sembuh pula. kemudian kita katakan pula, tidak mungkin kesembuhan itu pada sesuatu yang haram, karena jika pada yang haram tersebut terdapat kebaikan, niscaya Allah عَزَّوَجَلَّ tidak akan mengharamkannya kepada kita. Walhasil, tidak

39 Dikeluarkan oleh Imam Bukhari secara *Muallaq* dalam shahihnya 10/78. Thabarani dalam *al-Kabir* 9/403. Ibnu Hajar berkata, "Sanadnya shahih menurut syarat Syaikhani". *Fathul Bari* 10/79.

boleh berobat dengan sesuatu yang haram secara mutlak”.[40]

3. Teruji secara ilmiah dan medis

Hal inipun harus diperhatikan, bahwa pengobatan harus teruji secara ilmiah. Apabila kita datang ke dokter kemudian diberikan resep obat, maka obat yang diberikan dokter boleh kita minum, karena pada umumnya obat yang diberikan telah teruji secara ilmiah menurut ilmu medis. Dari sini dapat kita ketahui batalnya metode pengobatan alternatif yang berkembang dewasa ini, semisal berobat dengan telur sebagai media untuk mendiagnosa penyakit, berobat dengan janur dan lain-lain. Pengobatan seperti ini jelas batil karena secara ilmiah telur atau janur tidak bisa dipakai untuk mendiagnosa penyakit!!. Bahkan boleh kita katakan pengobatan semacam ini adalah model perdukunan yang sarat dengan kesyirikan. Pahamilah wahai saudaraku.

---

40 *Ta’liq al-Qowaid Wal Ushul al-Jami’ah* hal.55, cet. Maktabah as-Sunnah

4. Berobat atas saran ahli kedokteran

Hal ini sebagai wujud pengamalan firman Allah ﷻ yang berbunyi;

﴿ فَسْـَٔلُوٓا۟ أَهْلَ ٱلذِّكْرِ إِن كُنتُمْ لَا تَعْلَمُونَ ﴿٤٣﴾ ﴾

Maka bertanyalah kepada orang yang mempunyai pengetahuan jika kamu tidak mengetahui. (QS. An-Nahl: 43).

Maka tidak semua orang bisa diambil pendapatnya dalam masalah berobat, karena tidak semua orang paham akan masalah obat dan kesehatan. Rasulullah ﷺ bersabda,

مَا أَنْزَلَ اللهُ دَاءً إِلاَّ قَدْ أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً عَلِمَهُ مَنْ عَلِمَهُ
وَجَهِلَهُ مَنْ جَهِلَهُ إِلاَّ السَّامَ وَهُوَ الْمَوْتُ

Sesungguhnya Allah tidak menurunkan penyakit kecuali menurunkan pula obatnya. Ada yang mengetahui dan ada yang tidak mengetahuinya. Kecuali satu penyakit yaitu kematian.[41]

41 HR. Ahmad 1/377, Hakim 4/401. Lihat *as-Shahihah* no. 451.

5. Jangan percaya sama dukun!!

Sering kita jumpai sebagian saudara kita apabila ditimpa penyakit mereka lebih percaya untuk datang ke dukun dari pada rumah sakit dan sejenisnya. Ketahuilah, datang ke dukun termasuk perkara yang diharamkan. Rasulullah ﷺ bersabda,

مَنْ أَتَى عَرَّافًا أَوْ كَاهِنًا فَصَدَّقَهُ فِيْمَا يَقُوْلُ فَقَدْ كَفَرَ بِمَا أَنْزَلَ عَلَى مُحَمَّدٍ

Barangsiapa yang mendatangi dukun kemudian membenarkan apa yang diucapkannya, maka sungguh dia telah mengingkari apa yang diturunkan kepada Nabi Muhammad.[42]

Dukun adalah orang yang mengaku tahu perkara ghaib dan perkara yang akan terjadi. Mereka bisa menebak penyakit pasien sebelum pasien itu mengutarakan penyakitnya! Atau mendiagnosa

---

42 HR. Abu Dawud 4/225, Tirmidzi 1/164, Ahmad 2/408, Ibnu Majah 1/209, Hakim 1/8 dll. Hadits ini dishahihkan oleh syaikh al-Albani dalam *al-Irwaa'* 7/68.

penyakit melalui media yang tidak bisa masuk akal. Belum lagi saat mengobati mereka cuma komat-kamit dan berkata demikian dan demikian, obatnya adalah ini dan itu. Ini semua adalah perkara yang tidak masuk akal dan tidak bisa teruji secara ilmiah! Apalagi sampai memindahkan penyakit pasien ke binatang kemudian sembuh!! Jelas ini adalah praktek perdukunan atas bantuan setan dan jin yang sarat dengan kesyirikan. *Allah Musta'an.*

6. Kesembuhan hanya di tangan Allah semata

Saudaraku yang sedang sakit...

Sadarilah bahwa yang menyembuhkan penyakit adalah Allah ﷻ. Firman-Nya;

﴿ وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ ﴿٨٠﴾ ﴾

Dan apabila aku sakit.Dialah Yang menyembuhkan aku. (QS. Asy-Syu'araa: 80).

Rasulullah ﷺ bersabda;

اشْفِ أَنْتَ الشَّافِيْ لاَ شِفَاءَ إِلاَّ شِفَاؤُكَ

Ya Allah berilah kesembuhan, Engkau yang memberi kesembuhan, tidak ada kesembuhan kecuali darimu.[43]

Maka yakinilah obat atau dokter hanyalah sebab atau sarana untuk sembuh. Kita minum obat, datang ke dokter semua itu adalah sebab (sarana). Yang menyembuhkan hanyalah Allah. Jangan sekali-kali kita berkata, “Obat ini manjur”, kemudian lupa bahwa yang menyembuhkan adalah Allah. Atau kita bersyukur kepada dokter tapi lupa bersyukur kepada Allah. Semua ini adalah indikasi kurangnya tauhid kita kepada Allah ﷻ.

Syaikh Abdurrahman as-Sa’di رحمه الله berkata, “Berkenaan dengan sebab ini, harus diketahui tiga hal:

Pertama, sebab itu harus sesuai dengan syariat dan qadari (penelitian ilmiah).

43 HR. Bukhari no. 5675, Muslim no. 2191

Kedua, tidak boleh bersandar kepada sebab tersebut, namun harus bersandar kepada yang menjadikan dan mentakdirkannya disertai dengan usaha dan bersemangat agar sebab tersebut memberi manfaat.

Ketiga, harus diketahui bagaimanapun besar dan kuatnya sebab itu, dia itu tergantung kepada qadha dan taqdir Allah, tidak bisa lepas”.[44]

44 *Al-Qaulus Sadid* hal.40 Oleh Ibnu Sa’di

DOA KETIKA DITIMPA KESULITAN

Doa adalah obat yang paling bermanfaat, musuhnya musibah. Menolak dan menyembuhkan, mencegah kedatangan penyakit dan menghilangkannya. Dia adalah senjatanya orang mukmin.[45]

Al-Hafizh Ibnu Hajar رحمه الله berkata, "Kesembuhan seluruh penyakit adalah dengan doa dan bersandar kepada Allah. Ini lebih bermanfaat dari pada perlengkapan kedokteran. Pengaruhnya lebih besar daripada obat-obatan bagi badan. Akan tetapi hal ini bisa bermanfaat dengan dua perkara; **Pertama,** Dari sisi orang yang sakit, yaitu kejujuran niatnya. **Kedua**, dari orang yang mengobati, yaitu kekuatan dalam mengarahkan dan kekuatan hati

45 *ad-Daa'u wad Dawaa'* oleh Ibnul Qayyim hal. 10

serta tawakkalnya kepada Allah.[46]

Berikut ini sebagian do'a-do'a ketika ditimpa kesedihan dan kesulitan yang dapat kami kumpulkan dari sunnah Nabi ﷺ.

1. Do'a Penawar Hati Yang Duka

Rasulullah ﷺ bersabda;

مَا أَصَابَ أَحَدًا قَطْ هَمٌّ وَلاَ حَزَنٌ فَقَالَ: اَللَّهُمَّ إِنِّيْ عَبْدُكَ وَ ابْنُ عَبْدِكَ وَ ابْنُ أَمَتِكَ نَاصِيَتِيْ بِيَدِكَ مَاضٍ فِيَّ حُكْمُكَ عَدْلٌ فِيَّ قَضَاؤُكَ أَسْأَلُكَ بِكُلِّ اسْمٍ هُوَ لَكَ سَمَّيْتَ بِهِ نَفْسَكَ أَوْ عَلَّمْتَهُ أَحَدًا مِنْ خَلْقِكَ أَوْ أَنْزَلْتَهُ فِيْ كِتَابِكَ أَوْ اسْتَأْثَرْتَ بِهِ فِيْ عِلْمِ الْغَيْبِ عِنْدَكَ أَنْ تَجْعَلَ الْقُرْآنَ رَبِيْعَ قَلْبِيْ وَنُوْرَ صَدْرِيْ وَجَلاَءَ حُزْنِيْ وَذِهَابَ هَمِّيْ. إِلاَّ أَذْهَبَ اللهُ هَمَّهُ وَحُزْنَهُ وَأَبْدَلَهُ مَكَانَهُ فَرَجًا قَالَ فَقِيْلَ يَا رَسُوْلَ اللهِ أَلاَ نَتَعَلَّمُهَا فَقَالَ بَلَى

46 *Fathul Bari* 10/115.

يَنْبَغِيْ لِمَنْ سَمِعَهَا أَنْ يَتَعَلَّمَهَا.

Tidaklah menimpa seseorang kesedihan dan kesukaran kemudian membaca doa; Ya Allah, sesungguhnya aku adalah hamba-Mu, anak dari hamba-Mu (Adam) dan anak dari hamba perempuan-Mu (Hawa). Ubun-ubunku ada di tangan-Mu. hukuman-Mu berlaku padaku. Ketentuanmu adalah adil bagiku. Aku memohon kepadamu dengan seluruh nama yang engkau telah namakan diri-Mu, yang telah engkau ajarkan seorang dari hambamu, yang telah engkau turunkan dalam kitabmu, yang engkau simpan dalam ilmu ghaib di sisimu. Jadikanlah al-Qur'an sebagai penentram hatiku, cahaya dadaku, penghilang duka dan kesedihanku. Melainkan Allah akan hilangkan duka dan kesedihannya dan Allah gantikan baginya jalan keluar. Ada yang bertanya, Wahai Rasulullah tidakkah kita mempelajarinya? Beliau menjawab, "Benar, hendaklah orang yang mendengarnya untuk mempelajarinya".[47]

---

47 HR. Ahmad 1/391, Abu Ya'la no. 5297, Ibnu Hibban no. 2372, Hakim 1/509. Dishahihkan oleh Syaikhul Islam dalam *Kalimit*

2. Do'a Ketika Ditimpa Kesulitan

Abdullah bin Abbas رضي الله عنهما berkata, "Adalah Rasulullah ﷺ apabila sedang di timpa kesulitan beliau berdo'a;

لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ الْعَظِيْمُ الْحَلِيْمُ لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ رَبُّ السَّمَاوَاتِ وَ رَبُّ الأَرْضِ وَ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيْمِ

Tidak ada ilah yang hak kecuali Allah yang Maha Agung dan Maha Pengampun. Tidak ada ilah yang hak kecuali Rabb yang mempunyai Arsy yang Agung. Tidak ada ilah yang hak kecuali Allah Rabb yang menguasai langit dan bumi dan Rabb pemilik Arsy yang Mulia.[48]

Thayyib 119. Ibnul Qayyim dalam *Syifaul Alil* 2/749. Lihat pula *as-Shahihah* no. 199.

48 HR. Bukhari no. 6346, Muslim no. 2730

3. Do'a memohon kesembuhan

اشْفِ أَنْتَ الشَّافِيْ لاَ شِفَاءَ إِلاَّ شِفَاؤُكَ شِفَاءً لاَ يُغَادِرُ سَقَمًا

Ya Allah, sembuhkanlah. Engkau maha pemberi kesembuhan, tidak ada kesembuhan kecuali dari-Mu, kesembuhan yang tidak meninggalkan rasa sakit.[49]

4. Do'a apabila tubuh merasa sakit

Letakkan tangan pada tubuh yang terasa sakit kemudian bacalah *bismillah* **tiga kali** dan berdo'a;

أَعُوْذُ بِاللهِ وَقُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَأُحَاذِرُ

Aku berlindung kepada Allah dan kekuasaan-Nya dari kejelekan sesuatu yang aku jumpai dan aku takuti.[50]

49 HR. Bukhari no. 5675, Muslim no. 2191

50 HR. Muslim no. 2202

5. Do'a bila melihat orang yang sedang diberi cobaan.

Dari Umar dan Abu Hurairah رضي الله عنهما bahwasanya Rasulullah ﷺ bersabda:

مَنْ رَأَى صَاحِبَ بَلاَءٍ فَقَالَ الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِى عَافَانِى مِمَّا ابْتَلاَكَ بِهِ وَفَضَّلَنِى عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقَ تَفْضِيلاً إِلاَّ عُوفِىَ مِنْ ذَلِكَ الْبَلاَءِ كَائِنًا مَا كَانَ مَا عَاشَ

Barangsiapa yang melihat orang yang sedang diberi cobaan kemudian dia berdoa; *Alhamdulillah Alladzi A'afani Mimma Ibtalaaka Bihi Wa Faddholani 'Ala Katsiirin Mimman Kholaqo Tafdhiilan*. (Segala puji bagi Allah yang telah menyelamatkanku dari apa yang telah Engkau beri cobaan kepadanya dan memberi keutamaan kepadaku atas orang yang telah engkau ciptakan). Melainkan dia akan diselamatkan dari cobaan tersebut siapapun dia selama hidupnya.[51]

51 Hadits *Shohih Li Ghoirihi*. Diriwayatkan oleh Imam Tirmidzi: no. 3760. Lihat *at-Targhib Wa at-Tarhib* 3/1227, al-Mundziri, Tahqiq:

BAGAIMANA BERIBADAH KETIKA SAKIT?

Saudaraku... sesungguhnya hadiah yang paling besar yang diberikan oleh Rabbmu adalah Allah memberi keringanan dalam ibadahmu ketika sakit. Allah ﷻ berfirman;

﴿ ٱلْـَٔـٰنَ خَفَّفَ ٱللَّهُ عَنكُمْ وَعَلِمَ أَنَّ فِيكُمْ ضَعْفًا ﴾

Sekarang Allah telah meringankan kepadamu dan Dia telah mengetahui padamu bahwa ada kelemahan. (QS. al-Anfaal: 66).

Firman Allah ﷻ yang lain:

﴿ وَمَا جَعَلَ عَلَيْكُمْ فِى ٱلدِّينِ مِنْ حَرَجٍ ﴾

al-Albani

Dan Dia sekali-kali tidak menjadikan untuk kamu dalam agama suatu kesempitan. (QS. al-Hajj 78).

Saudaraku seiman..., Ikutilah tuntunan berikut ini sebagai pembimbing ibadahmu ketika sakit, bacalah dengan perlahan, resapi dengan baik dan amalkanlah. Karena banyak diantara orang yang sakit tidak memahami perkara ini dengan baik.

Bimbingan Thaharah (Bersuci) Bagi Orang Sakit

Saudaraku yang sedang sakit –semoga Allah menyembuhkanmu- Thaharah adalah syarat sahnya shalat. Untuk itu perhatikanlah tata cara thaharahmu ketika sakit.

1. Wajib bagi yang sedang sakit untuk bersuci dengan air. Berwudhu dari hadats kecil dan mandi dari hadats besar.
2. Apabila tidak mampu bersuci dengan air karena lemah atau khawatir sakitnya bertambah parah atau memperlambat kesembuhannya, maka hendaklah bertayamum.

3. Cara bertayamum adalah memukulkan kedua telapak tangan di tanah yang suci (tembok atau apa saja yang berdebu walaupun sedikit) satu kali kemudian usapkanlah ke seluruh wajah satu kali dan kedua tangan sampai pergelangan satu kali, dengan mengusapkan satu dengan yang lainnya.
4. Apabila yang sakit tidak mampu bersuci dengan sendirinya, maka hendaklah orang lain me-wudhukan dan men-tayamumkannya.
5. Apabila sebagian anggota wudhu ada yang luka, maka usahakan tetap mencucinya dengan air ketika wudhu. Apabila mencuci dengan air mempengaruhi luka, cukup diusap saja. Caranya basahilah tangan kemudian usaplah anggota wudhu yang luka cukup dengan melewatinya saja. Apabila diusap dengan air masih dapat mempengaruhi luka maka hendaklah tayamum.
6. Apabila ada anggota wudhu yang patah kemudian dibalut dengan perban atau semisalnya, maka ketika wudhu, perban itu cukup diusap dengan air. Dan tidak perlu tayamum karena

mengusap sudah menggantikan mencuci.

7. Boleh bertayamum dengan dinding atau apa saja yang suci yang ada debunya.

8. Apabila tidak mungkin tayamum dengan tanah, dinding atau apa saja yang berdebu, maka tidaklah mengapa mengambil debu dan diletakkan pada bejana atau kain kemudian baru tayamum.

9. Apabila bertayamum untuk shalat dan tidak batal sampai datang waktu shalat berikutnya, cukup shalat dengan tayamum yang pertama dan tidak perlu mengulang tayamum lagi, karena dia masih suci dan belum batal. Apabila bertayamum karena mimpi/jinabah, maka ia tidak usah mengulang tayamum kecuali apabila batal dengan jinabah yang lain. dan ia tetap bertayamum ketika batal dengan hadats kecil.

10. Wajib bagi yang sakit untuk membersihkan badannya dari najis sebelum shalat. Apabila tidak mampu, maka shalatlah apa adanya, shalatnya sah dan tidak perlu diulang.

11. Wajib bagi yang sakit untuk shalat dengan pakaian yang suci bebas dari najis. Apabila pakaiannya terkena najis, cucilah segera atau ganti dengan yang suci. Apabila tidak mungkin, shalatlah apa adanya, shalatnya sah dan tidak perlu diulang.

12. Wajib bagi yang sakit untuk shalat diatas sesuatu yang suci. Apabila tempatnya terkena najis wajib segera dicuci atau diganti dengan yang suci. Apabila tidak mungkin juga maka shalatlah apa adanya, shalatnya sah dan tidak perlu diulang.

13. Tidak boleh bagi yang sakit untuk mengakhirkan shalat dari waktunya karena alasan lemah dari bersuci, bahkan hendaklah ia bersuci sesuai kemampuan dan shalat pada waktunya, sekalipun pada badan, pakaian, dan tempatnya terdapat najis yang dia tidak kuasa untuk menghilangkan najis tersebut. Allah ﷻ berfirman; *Maka bertaqwalah kamu kepada Allah menurut kesanggupanmu*. (QS. at-Thaghabun 16)

14. Apabila seseorang ditimpa penyakit sering keluar air kencing terus-menerus, maka janganlah ia berwudhu untuk shalat wajib kecuali setelah masuk waktu shalat.[52] Hendaklah ia mencuci kemaluannya, kemudian mengerat dengan sesuatu yang suci agar najis air kencing tidak mengenai pakaian dan badannya. Setelah itu hendaklah berwudhu dan shalat. Demikianlah yang harus ia perbuat setiap kali hendak shalat wajib. Apabila merasa keberatan, boleh baginya menggabungkan shalat zuhur dengan ashar, maghrib dengan isya.

Bimbingan Shalat Bagi Orang Sakit

1. Wajib bagi yang sakit untuk shalat dengan berdiri sekalipun cuma bisa membungkuk atau bersandar ke dinding, tongkat atau apa

---

52 Ini merupakan pendapat Syaikh Muhammad bin Shalih al-Utsaimin yang terdahulu. Adapun pendapatnya yang terakhir adalah tidak perlu berwudhu setiap kali masuk waktu shalat selagi tidak batal, sebagaimana keterangan *syaikhina* Sami bin Muhammad as-Suqhair (Murid utama dan menantu Syaikh Ibnu Utsaimin رَحِمَهُ ٱللَّهُ) ketika penulis bertanya langsung kepadanya. *Walillahil hamd*

saja yang ia butuhkan untuk bersandar.

2. Apabila tidak mampu dengan berdiri, maka shalatlah dengan duduk. Yang paling utama duduknya dengan bersila ketika posisi berdiri dan ruku.
3. Apabila tidak mampu shalat dengan duduk, shalatlah dengan berbaring miring ke arah kiblat, dan berbaring miring ke sisi kanan itu lebih utama. Apabila tidak mampu menghadap kiblat maka shalatlah ke arah mana saja semampunya, shalatnya sah dan tidak perlu di ulang.
4. Apabila tidak mampu shalat dengan posisi berbaring miring, maka shalatlah dengan terlentang dan kedua kaki menghadap ke arah kiblat. Dan lebih utama kepalanya diangkat sedikit untuk menghadap ke arah kiblat. Apabila kakinya tidak mampu ke arah kiblat, maka shalatlah ke arah mana saja semampunya dan shalatnya tidak perlu diulang.
5. Wajib bagi yang sakit untuk tetap rukuk dan sujud ketika shalat. Apabila tidak mampu

maka cukup berisyarat (menunduk) dengan kepalanya. Jadikanlah (menunduk) untuk sujud itu lebih rendah dari rukuk. Apabila hanya mampu rukuk tidak bisa sujud, maka lakukanlah rukuk seperti biasa dan ketika sujud cukup dengan isyarat (menunduk). Apabila mampu sujud tidak bisa rukuk, maka cukup isyarat (menunduk) ketika rukuk dan sujudnya dikerjakan seperti biasa.

6. Apabila tidak bisa berisyarat dengan kepala ketika rukuk dan sujud, maka hendaklah berisyarat dengan kedua mata. Pejamkan mata sedikit untuk rukuk dan pejamkan agak lama untuk sujud. Adapun isyarat dengan telunjuk sebagaimana yang sering dikerjakan oleh orang yang sakit maka hal itu tidaklah benar. Tidak ada asalnya dalam kitab dan sunnah serta pendapat ahli ilmi.
7. Apabila tidak bisa isyarat dengan kepala dan mata, maka shalatlah dengan hatinya. Hendaklah bertakbir, membaca, meniatkan rukuk, sujud, berdiri dan duduk dengan hatinya.

Setiap orang sesuai dengan apa yang ia niatkan.[53]

8. Wajib bagi yang sakit untuk shalat tepat pada waktunya. Hendaklah ia mengerjakan yang wajib pada setiap waktu, apabila keberatan mengerjakan setiap shalat pada waktunya, boleh baginya menjama' antara zhuhur dengan ashar dan antara maghrib dengan isya. Bisa jama' taqdim yaitu dengan mengerjakan shalat ashar di waktu zhuhur, shalat isya di waktu maghrib atau bisa pula jama ta'khir yaitu dengan mengakhirkan shalat zhuhur di kerjakan pada waktu ashar, maghrib di kerjakan pada waktu isya, sesuai mana yang lebih mudah bagi dirinya. Adapun shalat shubuh maka tidak boleh di jama' dengan shalat sebelumnya atau sesudahnya.
9. Apabila yang sakit pergi jauh untuk berobat, maka hendaklah ia meringkas shalat yang empat rakaat. Zhuhur, ashar dan isya cukup

53 Para ahli fikh mengatakan, "Shalat tidaklah gugur kewajibannya selama akal itu masih ada". (*as-Syarah al-Mumti'* 4/333).

dikerjakan dua rakaat dua rakaat, sampai pulang kembali ke negerinya lagi, baik safarnya dalam waktu yang lama atau sebentar. [54]

54 *Min Ahkam al-Fiqhiyyah Fit Thaharah Was Shalat wal Janaiz,* Syaikh Muhammad bin Shalih al-Utsaimin hal. 23-28.

PENUTUP

Saudaraku yang sakit...

Janganlah engkau berputus asa, karena sesungguhnya rahmat Allah dekat kepada orang yang berbuat baik. Ketahuilah bahwa Allah ﷻ banyak memberi ujian kepada orang-orang yang shalih dengan penyakit dan musibah yang berat. Untuk menguji kesabaran dan menaikkan derajatnya di surga nanti. Maka jadikanlah potret mereka sebagai cermin dan pelajaran bagi kita untuk menirunya. Tidak usah bersedih, tinggalkan rasa putus asa, buang jauh-jauh keluh kesah. Ingatlah gambaran kesabaran Nabi Ayyub عليه السلام, dia bersabar selama delapan belas tahun menerima penyakit, kemudian Allah ﷻ menyembuhkannya.

Saudaraku yang sedang sakit-semoga Allah ﷻ segera menyembuhkanmu-,

Besarkanlah harapanmu kepada Allah ﷻ, yakinilah dengan keyakinan yang pasti bahwa kesembuhan itu hanya di tanganNya dan pertolonganNya akan segera datang. Allah ﷻ berfirman:

﴿ وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ ﴿٨٠﴾ ﴾

Dan apabila aku sakit, Dialah Yang menyembuhkan aku. (QS. Asy-Syu'araa: 80).

Semoga Allah ﷻ memberikan taufiq-Nya kepada kita semua untuk meraih kebaikan dunia dan akherat. Menyembuhkan saudara-saudara kita kaum muslimin yang sedang sakit. Sesungguhnya Dia Maha Mendengar dan Mengabulkan do'a.

Tulisan ini selesai pada hari selasa siang bertepatan tanggal 19 Dzulqo'dah 1442 H / 29 Juni 2021 M di Telaga Sakinah – Cikarang barat. #Saat di rumah saja.

Ditulis oleh seorang hamba yang fakir yang selalu mengharapkan ampunan Rabb-Nya.

Abu Abdillah Syahrul Fatwa bin Lukman Salim.